

강주현의 퍼즐월드

1~9까지의 숫자를 사용해 가로, 세로, 대각선 방향은 물론 작은 정사각형 안에도 1~9까지의 숫자가 골고루 들어가도록 해 보세요.

7		1	3			9
		9			6	
	5		9	2		1
2	4		7		9	8
			8	6		
6	5		3		4	1
	7		6	5		8
		2			1	
8			3	7		6

2	4	7		9	6
			6		
3		8	9		7
		7	5	1	6
5	4				7
		1	7	4	3
1		6	3		2
			1		
4	5		2	1	3

WWW.경품광고퀴즈.kr-WWW.매직스도쿠.kr

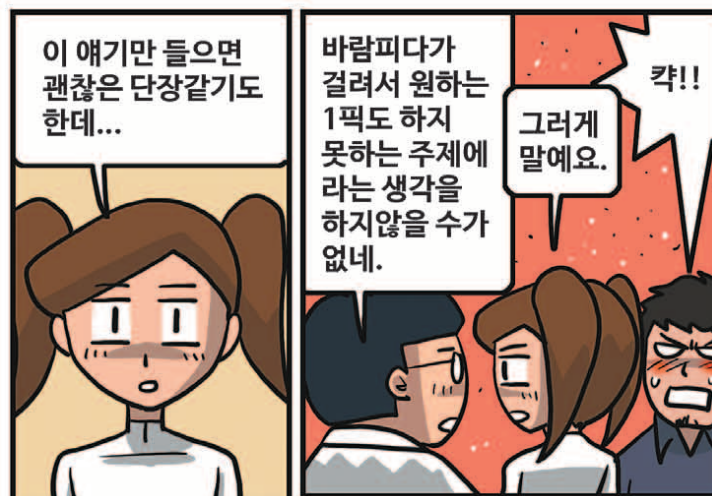
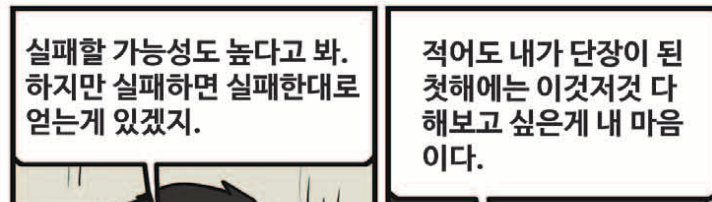
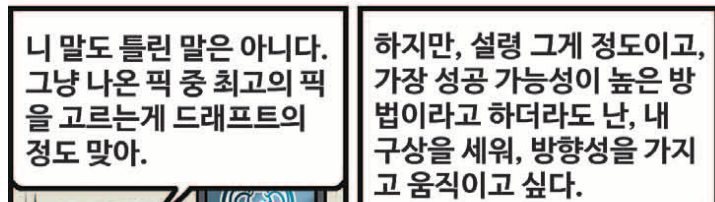
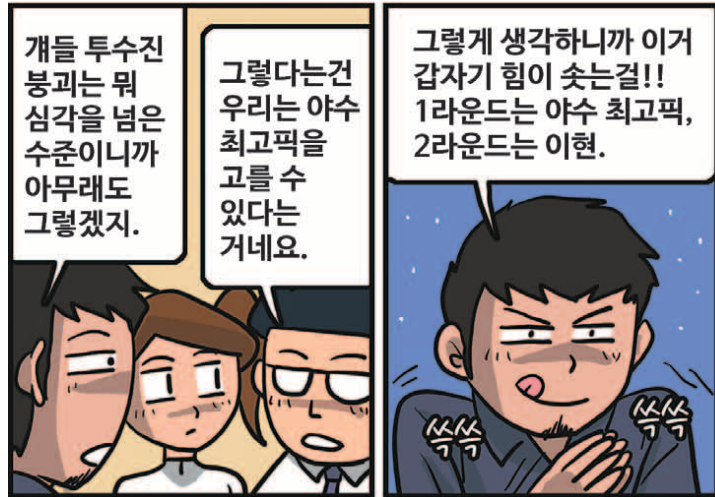
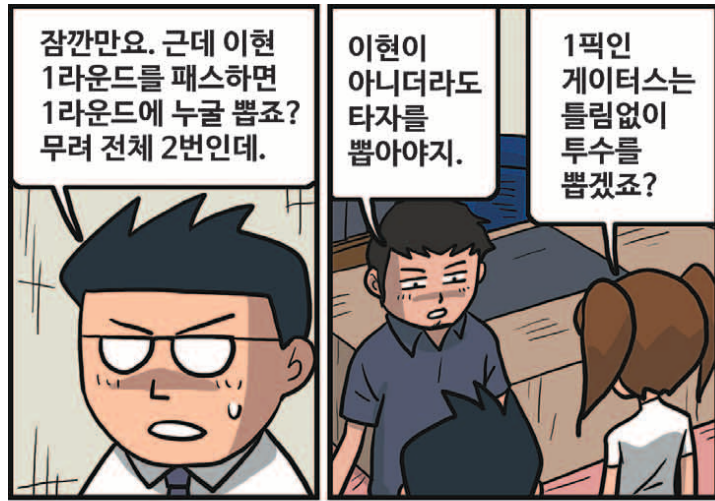
스도쿠정답

9	6	5	2	8	1	7	8
7	8	1	8	6	7	2	9
7	8	2	5	1	9	8	6
1	7	6	8	2	9	8	9
5	2	8	9	7	8	6	1
8	9	6	1	7	9	4	2
8	1	7	2	9	6	8	7
2	9	7	8	7	6	1	9
6	7	8	8	9	1	9	2

생활의 지혜

채소를 오래 보관하려면

▶ 채소를 오래 잘 보관하려면 페트병을 이용하면 좋다. 페트병 주둥이 부분을 잘라내고 시금치와 상추 등을 세워서 넣어두면 좀 더 오래 싱싱하게 보관할 수 있다고 한다.



* 'GM 드래프트의 날'은 'sportsdonga.com' 에서 첫 회부터 보실 수 있습니다.

박경호의 운수 좋은 날

12월 21일(수요일) 음력: 11월 23일

	오늘의 마음: 먹구름, 가지밭길. 운세: 현재는 어렵지만 궁극적으로 새로운 돌파구를 찾는 시기이다. 모든 일에 모험을 피해야 하며 내부의 정리에 힘써야 할 때이다. 길방: 동
	오늘의 마음: 파도, 힘이 넘친다. 운세: 자신감이 충만하여 실수하기 좋은 날이다. 애매한 전망으로 일을 시작하다 보면 중도에 좌절하게 될 것이다. 신중한 자세가 중요하다. 길방: 서
	오늘의 마음: 쾌청, 환한 하루. 운세: 민둥산에 심어진 묘목들이 점차 자라나서 큰 나무가 되어 온산을 초록으로 덮는 것처럼 발전을 할 때이다. 자신감을 가지고 시작하라. 길방: 북
	오늘의 마음: 여명, 일출 직전. 운세: 감정 제어가 잘 되지 않는 날이다. 진행 중인 일에 골치가 아픈 일이 생길 수도 있다. 금전의 융통이나 어려움의 해결은 용마에게 부탁하라. 길방: 북
	오늘의 마음: 신기루, 공상 많다. 운세: 매사에 과감하게 나아가지만 능력 이상으로 일을 벌이면 실패하기 쉬운 때이다. 지출이 많을 때이니 저축에 힘써라. 기다림이 필요하다. 길방: 서
	오늘의 마음: 노을, 인생무상. 운세: 매사 무리하지 않고 쉬운 길을 골라 가는 게 좋고, 식견 있는 사람의 의견에 귀를 기울여라. 자신을 돌아보고 인격을 연마하라. 길방: 중앙
	오늘의 마음: 맑음, 평화롭다. 운세: 금전적으로 충분히 못한다고 호화롭고 사치스런 생활을 버리는 욕망이 강할 때이다. 검소한 생활을 하지 못하면 문제가 발생할 수 있다. 길방: 동
	오늘의 마음: 해·번개, 갈등. 운세: 만사가 형통하는 운이나 큰일은 할 수가 없다. 다소 소극적이려고 할 만큼 일에 임하면 크게 기쁠 것이다. 교통사고를 조심해야 하는 날이다. 길방: 서
	오늘의 마음: 싸움, 소심한 날. 운세: 팔속의 씨가 짝이 터서 따뜻한 태양의 열로 잘 자라 큰 나무가 되는 것처럼 모든 운세가 나아지기 시작하는 때이다. 돌파구를 찾는 시기이다. 길방: 중앙
	오늘의 마음: 쾌청, 상쾌. 운세: 계획을 실천으로 옮길 때다. 매사에 적극적인 자세로 임했을 때 소기의 목적을 달성할 수 있다. 취업시험 합격과 면접 통과의 거래성사가 있는 날이다. 길방: 중앙
	오늘의 마음: 구름, 자유 추구. 운세: 성실함이 있어야 길다. 마음을 바르고 끈게 가져야 한다. 마음은 있어도 생각과 몸이 따르지 않는다. 취직 시 배개를 서남쪽으로 향하라. 길방: 서
	오늘의 마음: 여우비, 겨우 만족. 운세: 너그러운 마음으로 사람들을 대한다면 우여곡절이 있겠으나 나중에는 많은 사람의 협력을 얻을 것이다. 자나치게 설치다보면 실수를 한다. 길방: 동
	금주의 로또 행운번호: 1, 4, 6, 9, (3, 5) 금일복권, 주식, 부동산매입 행운의 띠: 호랑이, 말, 개 금일 주식, 부동산 매도 행운의 띠: 토끼, 양, 돼지

도원역리학회 회원학당 원장 *영양상담 가능(02-812-1201~2)

일부 성인기구는 쓰면 쓸수록 혈액순환 장애로 인해 건강에 해롭지만, 본 운동기는, 미세파동의 글로워운동으로 전혀 부작용 없이 쓰면 쓸수록 확실히 건강이 좋아집니다. 확인필수!

100세 시대를 온전히 건강하게 하는 '단전' 운동!

단전은 예로부터 기의 중심으로 알려져 왔으며, 약간의 운동으로도 건강을 되찾을 수 있는 중요한 곳입니다. 또한, 온몸의 주요 내장기능이 집중된 에너지의 근원으로, 오장육부와 내장기능 강화로 건강도 살아나고, 100세 시대에도 힘이 넘치는 건강한 체력을 만들 수 있습니다.

진정한 남자의 힘은 단전과 전립선에서 나옵니다.

남성근민이 눈 녹듯 사라지는 '회음운동'

회음은 정기(精氣)의 급소이며, 전립선 강화운동의 요체이며, 남성호르몬을 활성화 시켜줍니다. 회음운동으로 전립선과 성기능이 강화되어 남성근민이 눈 녹듯 사라지고, 활력이 넘치는 쇠같이 강하고 건강한 인생을 즐기실 수 있게 됩니다. (회음은 생식기와 항문 사이의 고한 뒤쪽)

산삼, 명약보다 ... 쓰면 쓸수록 男性이 근원적으로 좋아지는 단전, 회음, 전립선 글로워 운동기!

‘글로워’ 운동의 놀라운 위력!

- 부부생활 시에 힘이 강하고 굵고 단단해 진다.
- 지구력이 넘치는 사랑 받는 남성이 된다.
- 쾌변과, 소변 발이 시원하고 힘차게 쏟아 진다.
- 활력과 의욕이 넘치는 새로운 인생을 즐길 수 있게 된다.

글로워 운동의 과학적인 운동 원리는?

현대과학에서는, '글로워 운동' 을 가장 좋은 모세혈관의 혈액순환 촉진법이며, 손쉽고 효과적인 방법이라고 적극 추천 하고 있습니다. 모세혈관은 미세파동을 받으면, 루제씨 세포에 의하여 수축이 되는 데, 이때는 모세혈관이 하나씩 붙어 있는 '글로워' 를 통하여 혈액이 몇배로 흐르게 되어 혈액순환이 놀라게 촉진 됩니다. 혈액순환이 촉진되면 장기와 세포가 활력이 강해지고, 장기의 기능들이 살아 나서 건강이 놀라게 좋아집니다.

전립선 운동은 사랑 받는 남성이 되기 위한 가장 중요한 필수적인 운동입니다.

글로워 미세파동 전자동 편한 운동! 활용가치 만점!

- 세계유일의 단전, 회음, 전립선, 동시운동
- 1분에 6,000rpm의 기본 좋은 글로워 미세파동
- 착용 간편, 마이컴 제어의 전자동 운동
- 20분 자동운동 후 off, 원격외선 음이온 발생
- 부작용, 전자파 전혀 없음, 토르마린 함유

~ 단전, 회음, 전립선 동시운동 확인필수! ~

본 운동기구는 일시적인 약간의 기구와 달리 지속적으로 쓰셔야 효과가 좋습니다

구입상담

문의 하시면 도서출판 小圖(圖)이 발간한 '건강하게 살기' (64p) 책을 무료 우송해 드립니다

출시 20주년 기념 2016년 신모델 판매 카드 환형

국민 462201-01-117339 | 예금주 농협 302-0120-1361-81 | 우경식(이지택)

(02) 458-9958

Fore Easy Life EZ Tech. by korea